品質保証書

このたびは、オムロン商品を、お買い求めいただきありがとうございました。商品は厳重な検査をおこない高品質を確保しております。しかし通常のご使用において万一、不具合が発生しましたときは、保証規定によりお買い上げ後、一年間は無償修理または交換いたします。

※商品の保証は、日本国内での使用の場合に限ります。
This warranty is valid only in Japan.

※以下につきましては、必ず販売店にて、記入捺印していただいてください。

販売名　オムロン 活動量計 HJA-307IT	お買い上げ店名　㊞
ご芳名	住所
ご住所	
	TEL　　　（　　　）
TEL　　　（　　　）	お買い上げ年月日　　年　　月　　日

発売元 **オムロン ヘルスケア株式会社**　〒615-0084 京都府京都市右京区山ノ内山ノ下町24番地

「ウェルネスリンク」製品・サービスのお問合せ　ウェルネスリンクサポートデスク

http://wellnesslink.jp/support/

土・日・祝日・年末年始、および弊社休暇中にお寄せいただいたお問い合せの回答は、翌営業日以降の対応となります。お問い合せの内容によりましては回答までにお時間をいただく場合があります。あらかじめご了承ください。

ホームページ　http://www.healthcare.omron.co.jp/
※通信料はお客様ご負担となります。

5332879-7B

取扱説明書

オムロン 活動量計
HJA-307IT

オムロンの商品をお買い上げいただき、ありがとうございます。

より便利にお使いいただくために、はじめに『スタートアップガイド』をお読みください。

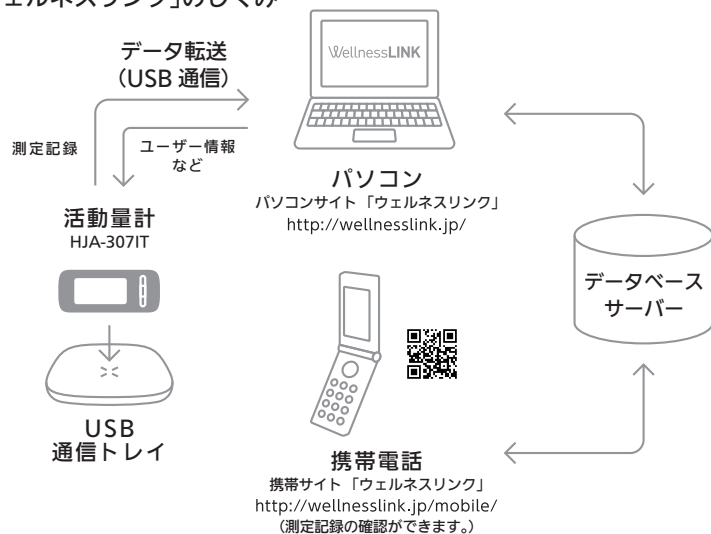
安全に正しくお使いいただくため、ご使用前にこの取扱説明書を必ずお読みください。

本書は、いつもお手元においてご使用ください。

本書は品質保証書を兼ねています。紛失しないように保管してください。

※本書に記載しているイラストはイメージ図です。

WellnessLINK®

はじめに
設定のしかた
使い方
困ったときに・保証など

「ウェルネスリンク」で楽しく続く、毎日つながる健康生活

オムロンの「ウェルネスリンク」は、

あなたの健康な毎日をサポートするためのウェブサービスです。

測定記録を転送するだけで、活動量の変化をグラフにしたり、アドバイスをお届けしたり。

「ウェルネスリンク」であなたの理想のカラダを目指しましょう。

サービスの詳細は次のパソコンサイトをご覧ください。

http://wellnesslink.jp/ または「ウェルネスリンク」で検索

目次

はじめに

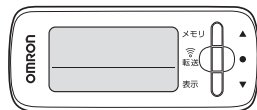
設定のしかた

使い方

困ったときに・保証など

次のものが入っていますか？

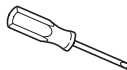
箱の中には次のものが入っています。
万一、不足のものがありましたら、
ウェルネスリンクサポートデスク（☞裏表紙）までご連絡ください。

1. 本体

画面に貼られているシールをはがしてご使用ください。

2. お試し用電池（本体に装てん済み）

3. 落下防止用ストラップ

4. ストラップ用クリップ

5. 簡易ドライバー

6. ウェルネスリンクのご紹介

7. スタートアップガイド

8. 朝晩ダイエットガイド

9. 取扱説明書（本書：品質保証書付き）

10. USB 通信トレイ HHX-IT2

11. USB 通信トレイ HHX-IT2 取扱説明書
（品質保証書付き）

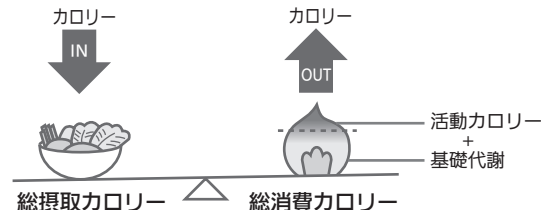
この活動量計について

この活動量計は、ポケットなどに入れて身につけておくだけで 1 日の活動量を知ることができます。
さらに無料のウェブサービス「ウェルネスリンク」をご利用いただくと目標活動カロリーを設定したり、測定記録の管理がかんたんにおこなえます。

消費するカロリーについて

体を動かして消費したエネルギー		生命維持に必要なエネルギー		1 日に消費したエネルギーの合計
活動カロリー	＋	**基礎代謝**	＝	**総消費カロリー**

この活動量計は、活動カロリーと総消費カロリーを別々に表示します。
活動カロリーは、運動を意識するめやすに。
総消費カロリーは、食事を意識するめやすに。

食事と運動をバランスよく

食事で摂取した総摂取カロリーが総消費カロリーを超えないように心がけましょう。

いろいろな活動で消費するカロリーのめやす

※身長 155cm、体重 45kg　年齢 30 歳女性の場合の例

デスクワーク（60 分）
71kcal

歩行（60 分）
142kcal

掃除（60 分）
165kcal

ジョギング（60 分）
331kcal

正確測定を支える Active Engine2 について

Active Engine2 は、身体活動によって発生する加速度信号をさまざまなノイズの中から正しく抽出し、ポケットの中でも正確な身体活動を演算する独自技術です。
ウォーキングやジョギングに加えて、家事やデスクワークなどの日常的な動きを識別し、活動カロリーを正確に測定します。

「ウェルネスリンク」でできること

■生年月日や性別、身長などの設定

活動量計の生年月日、性別、身長、体重、歩幅の設定をパソコンの操作で入力できます。さらに、「ウェルネスリンク」対応の体重体組成計を同時にお使いいただくことで、体重と基礎代謝量を自動で更新できるので、より正確な総消費カロリーや脂肪燃焼量がわかります。

■目標値設定

歩数か活動カロリーのいずれかの目標を設定できます。

- 毎日の目標歩数を設定
  目標歩数に達成すると マークが現れます。
- 毎日の目標活動カロリーを設定
  残りの活動カロリーと歩行時間のめやすを表示します。

目標活動カロリーに達成すると マークが現れます。

※ 目標設定をしないと マークは現れません。

■朝晩ダイエット

「ウェルネスリンク」対応の体重体組成計をお持ちの方は、活動量計とあわせて使うことで、よりあなたのペースに合った朝晩ダイエットをご利用いただけます。
詳しくは、ウェブサイト「ウェルネスリンク」および『朝晩ダイエットガイド』をご参照ください。

朝晩ダイエットマークが
点灯します。

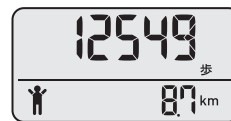
■活動強度

活動の強さ（METs）をグラフで表示します。1 日の行動がひとめでわかります。

METs とは…（メッツ）　身体活動の強さを安静時の何倍に相当するかで表す単位です。
座って安静にしている状態を 1METs とし、普通歩行（4km ／時）は 3METs に相当します。

■活動の識別表示

活動カロリーと Ex 量を歩行と生活活動（家事やデスクワーク）に分けてグラフ表示します。

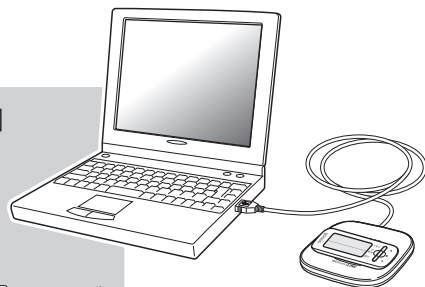
Ex とは…（エクササイズ）　身体活動の量を表す単位です。
活動強度（METs）に時間をかけたもの（METs× 時間）で、より強い活動ほど短い時間で 1Ex となります。

この活動量計の使い方

HJA-307IT は、このような流れで使います。

①「ウェルネスリンク」に登録する

『スタートアップガイド』をご参照ください。

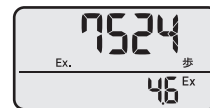
はじめて「ウェルネスリンク」を利用される方（☞ 3 ページ）

すでに「ウェルネスリンク」にユーザー登録されている方（☞ 15 ページ）

※ 本体のみでもお使いいただけます。（☞ 15 ページ）

② 測定する
（☞ 19 ページ）

ポケットに入れる　　**測定する**

③ 測定結果を見る

■本体で見る

表示を切り替えて見る
（☞ 21 ページ）

過去の測定値を見る
（☞ 23 ページ）

■「ウェルネスリンク」で見る

データを転送して「ウェルネスリンク」で確認します。
データの転送方法は『スタートアップガイド』（☞ 12 ページ）をご参照ください。

安全上のご注意

お使いになる前に必ずお読みください。

●ここに示した内容は、商品を安全に正しくお使いいただき、お使いになる人や、他の人々への危害や財産への損害を未然に防止するためのものです。

●表示と意味は次のようになっています。

警告、注意について

⚠警告	誤った取り扱いをすると、 **人が死亡または重傷を負うことが想定される内容**を示します。
⚠注意	誤った取り扱いをすると、 **人が傷害を負ったり物的損害* の発生が想定される内容**を示します。

* 物的損害とは、家屋・家財および家畜・ペットに関わる拡大損害を示します。

図記号の例

●記号は強制（必ず守ること）を示します。
（左図は“必ず守る”）

⊘記号は禁止（してはいけないこと）を示します。
（左図は“禁止”）

⚠警告

使用にあたって

ジョギング中は画面を見ないでください。
画面の確認は、周囲の状況が把握できる安全な場所に停止してから行ってください。
- 周囲の状況を確認せずに画面を見ると、事故やけがの原因になります。

減量や運動療法などをおこなう場合は、自分だけで判断せず、医師か専門家の指導を受けてください。
- 自己判断は健康を害する原因になります。

運動中に身体に疲れや痛みを感じたら必ず休憩をとってください。もし痛みや不快が続くようであれば、直ちに運動を中止し、医師の診察を受けてください。
- 身体に過度の負担をかけた運動は、事故やけがの原因になります。無理のない範囲で行ってください。

電池の取り扱いについて

電池は乳幼児の手の届かないところに置いてください。
- 乳幼児が電池を飲み込む恐れがあります。電池を飲み込んだときは、すぐ医師の治療を受けてください。

電池を加熱したり、火の中に入れたりしないでください。
- 金属リチウムが溶解して、激しく破裂し、発火します。

保管について

乳幼児の手の届かないところに保管してください。
- 万一、小さな部品を飲み込んだ場合はただちに医師に相談してください。

⚠注意

使用にあたって

ストラップなどを持って振り回さないでください。
- けがの原因になります。

本体をズボンのうしろポケットに入れないでください。
- けがをしたり、本体が破損したりする原因になります。

電池の取り扱いについて

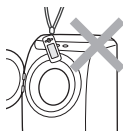
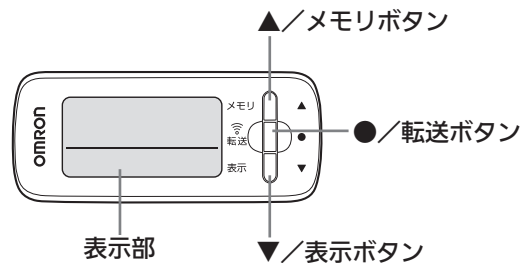
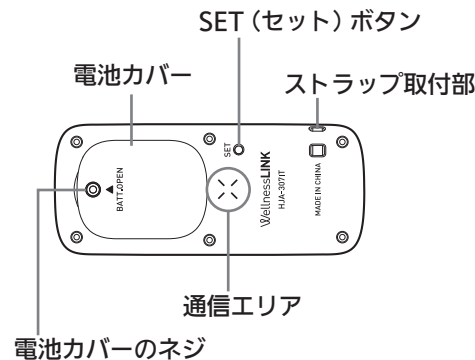
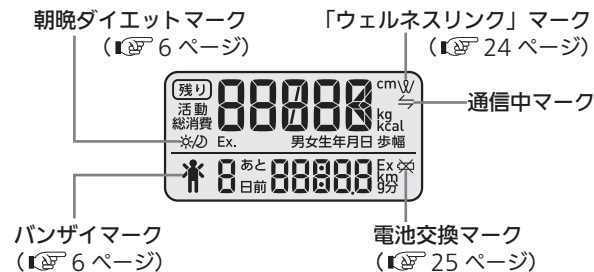
電池の ⊕⊖ 極を正しく入れてください。
- 発熱や液漏れ、破裂などにより本体の破損や、けがの原因になります。

指定の電池を使ってください。
- 発熱や液漏れ、破裂などにより本体の破損や、けがの原因になります。

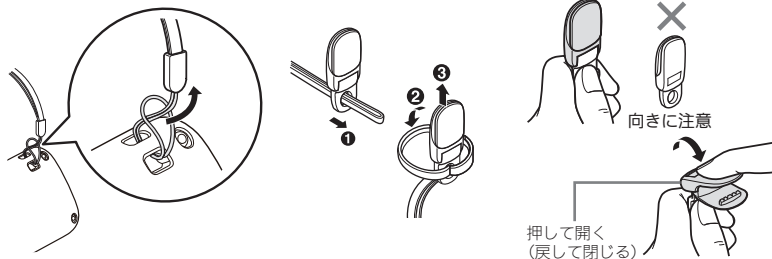
お願い

- 分解や改造をしないでください。
- 本体に強いショックを与えたり、落としたり、踏んだりしないでください。
- 本体は防水ではありません。洗ったり、ぬれた手でさわらないでください。故障の原因になります。
- 使用済みの電池は、端子 ⊕⊖ をセロハンテープで覆い絶縁してから、お住まいの市区町村の指導に従って処分してください。
- 本体を廃棄する際は、必ず電池を取り外してから処分してください。

各部の名前

本体

表示部

重要 画面は全点灯時の表示内容です。使用中の画面とは異なります。

ストラップとクリップの使い方

① 本体にストラップを付ける　② ①のストラップにクリップを付ける　③ クリップを開き、服などにはさんで閉じる

重要 クリップを開かずに無理に引っ張ると服などに傷をつける原因になります。

「ウェルネスリンク」に登録する

この活動量計は、「ウェルネスリンク」に登録することで、活動量計の設定や測定記録の管理がおこなえ、さまざまな健康管理サービスを利用することができます。

「ウェルネスリンク」への登録方法は、『スタートアップガイド』をご覧ください。

「ウェルネスリンク」には、歩数計もしくは活動量計のいずれかのみの登録となります。詳しくは、ウェブサイトをご確認ください。

「ウェルネスリンク」に登録せずに活動量計を使うこともできます。
「本体で設定する」（☞ 15 ページ）

■ウェルネスリンクの基本サービス

- マイグラフ
  毎日の測定記録をグラフで表示。カラダの変化が一目でわかります。
- データナビ
  あなたがなりたいカラダを目指して目標値を設定。
  測定記録を分析し、目標に向けて専門的なアドバイスをお届けします。
- 定期レポート
  月に 1 度、あなたの測定記録や成果をレポートにしてお届けします。
  日々の測定だけではわからないカラダへの気づきを提供します。
- みんなでイベント
  話題のテーマや、気になる健康法など楽しいイベントが続々登場。
  自分ひとりでは続けにくい取り組みを、楽しく続けられるコミュニケーションの場です。

サービスの詳細は次のパソコンサイトをご覧ください。
http://wellnesslink.jp/ または「ウェルネスリンク」で検索

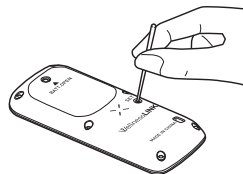
本体で設定する

「ウェルネスリンク」で、初期登録を済まされた方は、
本体での設定は必要ありません。

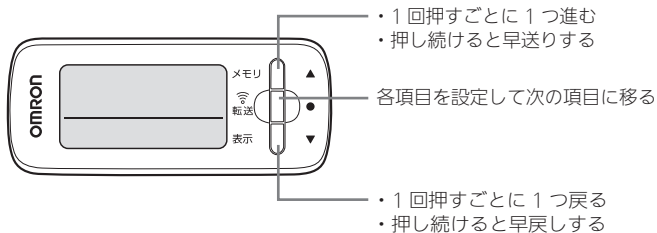
重要 体重や歩幅は設定の前に把握しておきましょう。
「歩幅について」（☞ 17 ページ）

■初めて設定するときは…

本体裏面の SET ボタンを押してください。
日付設定表示になります。

重要 先のとがった棒で強く押さないでください。破損することがあります。

日付、時刻、生年月日、性別、体重、身長、歩幅の順に設定していきます。

日付、時刻、生年月日、性別、体重、身長、歩幅を設定する

● 使用するボタン

参考 設定途中に 5 分以上放置すると、ご購入時の状態に戻ります。

重要 正しく設定してください。
設定を間違えると正しく測定できない場合があります。

1「日付」を設定する

「西暦年」「月 」「 日」を設定します。

［▲］［▼］で選択し、［●］で設定してください。

・設定範囲 ：2011 年 1 月 1 日～ 2040 年 12 月 31 日
・早 送 り ：10 単位（年と日のみ）

2「時刻」を設定する

「時」「分」を設定します。

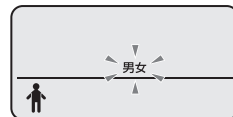
・設定範囲 ：0：00 ～ 23：59（24 時間表示）
・早 送 り ：10 単位（分のみ）

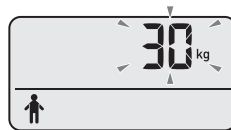
重要 「ウェルネスリンク」にデータ転送をおこなったとき、正確な時間に合わせるために、時刻が補正されることがあります。詳しくは、ウェブサイト「ウェルネスリンク」のヘルプをご参照ください。

3「生年月日」を設定する

「誕生年」「月 」「 日」を設定します。

・設定範囲 ：1900 年 1 月 1 日～ 2040 年 12 月 31 日
・早 送 り ：10 単位（年と日のみ）

4「性別」を設定する

5「体重」を設定する

・設定範囲 ：30 〜 136kg
・早 送 り ：10kg 単位

6「身長」を設定する

・設定範囲 ：100 〜 199cm
・早 送 り ：10cm 単位

7「歩幅」を設定する

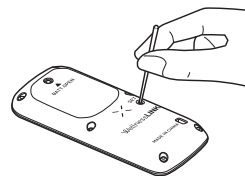
・設定範囲 ：30 〜 120cm
・早 送 り ：10cm 単位

歩幅について

- 初めて設定するときに点滅する数値は、設定した身長から算出した歩幅の参考値です。
ご自身の歩き方や体格を考慮して歩幅を設定してください。
- より正確な歩幅を知るには、10 歩程度歩いてからの 1 歩分（つま先からつま先まで、または かかとからかかとまで）を測ってください。
- 歩幅は歩く速度が速くなると広がる傾向にあります。本商品は歩く速度に応じて歩幅を自動的に 補正します。
- 距離は、自動補正された歩幅と歩数から算出します。

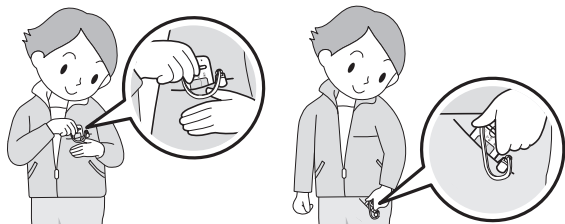
これですべての設定が終わりました。

設定を変更する

本体裏面の SET ボタンを押してください。
日付設定表示になりますので「日付、時刻、生年月日、性別、体重、身長、歩幅を設定する」（☞ 15 ページ）の手順 1 から操作し、設定してください。

参考 変更中に 5 分以上放置すると、当日の総消費カロリー・時刻表示に戻ります。

測定する

正しい装着のしかた

ポケットに入れる

重 要

- ズボンのうしろポケットには、入れないでください。
  破損の原因となります。
- 落下防止やお洗濯時の取り忘れ防止の目じるしに付属品の**ストラップとクリップを必ずご使用ください。**
  「ストラップとクリップの使い方」（☞ 13 ページ）

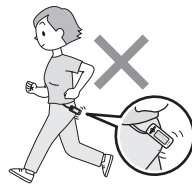
※歩数と距離は、かばんに入れたり、首からさげてお使いいただいても正確に測定できます。

歩数カウントについて

歩き始めは、誤カウントを防ぐため表示が増えません。4 秒以上の歩行があると、それまでの歩行を追加して表示します。
（歩き始め 4 秒間の表示は変わりませんが、カウントはしています。）

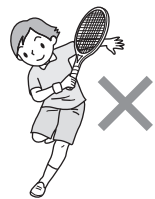
正確に測定できない場合がある使い方

●本体が不規則に動くとき

・腰やバッグからぶら下げたとき
・不規則な動きをしているバッグの中

●不規則な歩行をしたとき

・スリ足のような歩き方、サンダル、ゲタ、ゾウリなどの履物での歩行
・混雑した街を歩くなどの歩行の乱れ

●上下移動を伴う運動や振動の多いところで使用したとき

・立ったり、座ったりする動作
・歩行以外のスポーツ
・階段や急斜面の昇り降り
・乗物（自転車、自動車、電車、バスなど）に乗車中の上下振動または横ゆれ
・上半身を中心としたトレーニング

●極端にゆっくり歩いたとき

測定結果を見る

［表示］を押すごとに次のように表示内容が切り替わります。

総消費カロリー・時刻表示

お買い上げ時：表示する

午前 0 時から現在までの総消費カロリー（基礎代謝＋活動カロリー）と時刻を表示します。

※総消費カロリーは、装着していないときも安静時の消費カロリーを自動で計算し表示します。

Ex 歩数・Ex 量表示

お買い上げ時：表示しない *1

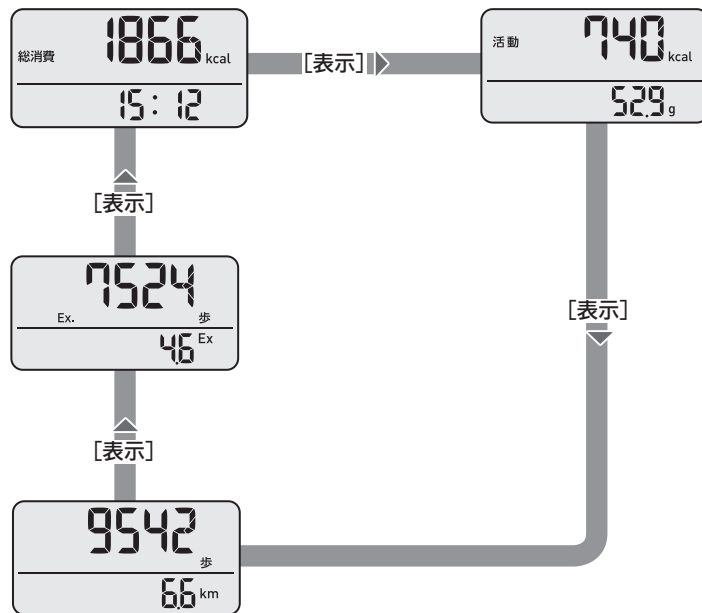
Ex 歩数と Ex 量を表示します。

■「Ex 歩数」とは…
健康づくりに適している歩行状態（3METs 以上の歩行）の歩数です。

■「Ex 量」とは…
身体活動の量です。（☞ 6 ページ）

歩数・距離表示

お買い上げ時：表示する *1

歩数と距離を表示します。
目標歩数 *2 に到達すると、マークが現れます。（☞ 6 ページ）

活動カロリー・脂肪燃焼量表示

お買い上げ時：表示する

午前 0 時から現在までの活動カロリーと脂肪燃焼量を表示します。
「ウェルネスリンク」で目標設定をすると（☞ 6 ページ）
目標活動カロリー・歩行時間のめやすの表示に変わり、
目標達成までの残りのカロリーをカウントダウン方式で表示します。
朝晩ダイエットを開始 *2 すると全ての表示画面で を表示し、
朝晩ダイエット中であることをお知らせします。

目標を達成すると、マークが現れます。（☞ 6 ページ）
残り が消えて、目標を超えた活動カロリーを表示します。

*1「ウェルネスリンク」で表示するかしないかの設定ができます。
*2「ウェルネスリンク」で設定ができます。

参考 省電力機能について
消費電力をおさえるため、操作をしない状態が 5 分以上続くと、表示が消えます。
いずれかのボタンを押すと、再び表示します。
表示が消えた状態でも測定しています。

使い方

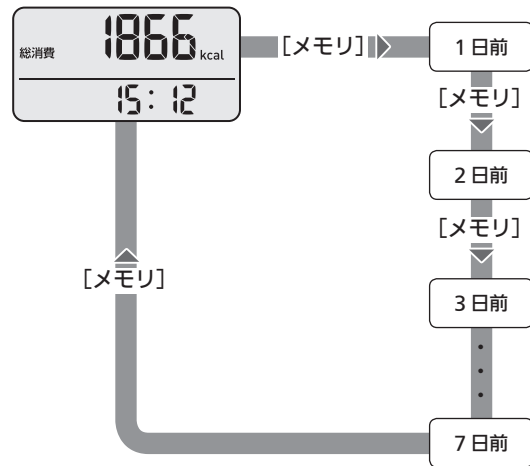
過去の測定値を見る

1 日の測定値は、時刻が「0:00」になると自動的に記録されて表示は「0」に戻ります。

1 ［表示］を押して、見たい表示内容を選択する

※「測定結果を見る」（☞ 21 ページ）

2 ［メモリ］を押して、過去の測定値を見る

・［メモリ］を押すごとに、7 日前までの測定値を表示します。
・現在の表示に戻るには［転送］を押します。

参考 ボタン操作をしない状態が 1 分以上続くと、当日の画面に戻ります。

測定記録を転送する

この活動量計は、「ウェルネスリンク」に測定記録を転送することで、さまざまな健康管理サービスを利用することができます。記録した測定値（最大 14 日分）を転送できます。

測定記録の転送方法は、『スタートアップガイド』をご覧ください。

「ウェルネスリンク」マークについて

W が点滅／点灯したときは、すみやかに測定記録を転送してください。

点滅：10 日分以上の測定記録があります。

点灯：14 日分の測定記録があります。古い測定記録から順に削除されます。
すぐに測定記録を転送してください。

電池の寿命と交換

「」が点滅したら、すみやかに新しい電池（CR2032）と交換してください。

「」について

点滅	電池残量が少なくなっています。
点灯	電池残量がなくなりました。 　測定が終了します。 　転送はできません。

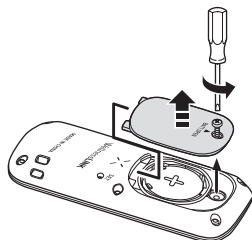
重要

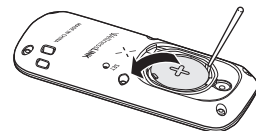
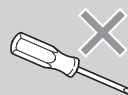
- 深夜 0:00 をはさんで電池を交換しないでください。測定記録の不整合が発生する可能性があります。
- 当日の測定値の記録は毎時 00 分におこなわれます。電池を交換すると毎時 00 分から電池交換時までの測定値は消去されます。
- 電池を交換したときは、日付と時刻を設定しなおしてください。
  「測定記録を転送する」（☞ 24 ページ）
  「本体で設定する」（☞ 15 ページ）
- 過去の測定記録と設定した値は消去されません。

参考 付属の電池はお試し用です。早めに寿命が切れることがあります。

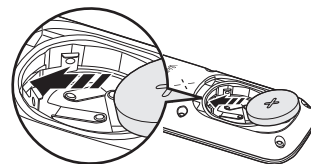
電池交換のしかた

1 電池カバーを外す

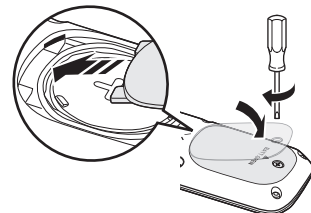
付属の簡易ドライバーまたは市販のドライバーでネジをゆるめて、カバーを外します。

2 電池を取り出す

細くて折れにくい棒（つまようじなど）を差し込み、取り出します。

重要 金属製のピンセット、ドライバーなどは使用しないでください。

重要 パッキンが外れることがあります。外れたときはもとの位置に戻してください。

3 電池を入れる

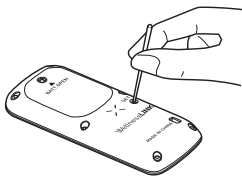
⊕ を上にして矢印の方向から先に入れます。

4 電池カバーを閉める

凸部を先に差し込み、ネジを締めます。

使い方

初期化する

設定した値と測定記録（過去の測定値）をすべて消去したいときは、次の手順で初期化をしてください。

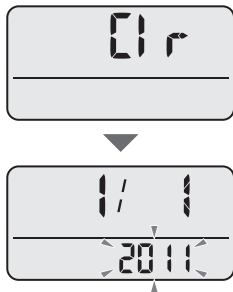
1 本体裏面の SET ボタンを細くて折れにくい棒で押す

日付設定表示になります。

重要 先のとがった棒で強く押さないでください。破損することがあります。

2 ［メモリ］と［表示］を同時に 2 秒以上押す

「Clr」と表示後、日付設定表示になります。
設定した値と過去の測定値のすべてが消去されます。
再度使用する場合は設定が必要です。
「本体で設定する」（☞ 15 ページ）

参考 日付設定表示のまま 5 分以上放置すると表示が消えます。再度お使いになる場合は、SET ボタンを押して、いずれかの手順で設定し直してください。

- 「ウェルネスリンク」をお使いの方
  「測定記録を転送する」（☞ 24 ページ）をおこなうと「ウェルネスリンク」で設定した内容が活動量計に転送されます。
- 本体のみでお使いの方
  「本体で設定する」（☞ 15 ページ）

お手入れと保管

お手入れについて

いつも清潔にしてお使いください。

本体の汚れは乾いたやわらかい布でふき取ってください。
汚れがひどいときは、水または中性洗剤をしみこませてよく絞ったやわらかい布で、ふき取ります。その後、からぶきしてください。

重要 本体内部に水などが入らないようにしてください。

■お手入れと保管の注意

汚れを落とすとき、ベンジン、シンナー、アルコールなどを使用しないでください。

次のようなところに保管しないでください。

- 水のかかるところ
- 高温・多湿、直射日光、ほこり、塩分などを含んだ空気の影響を受けるところ
- 傾斜、振動、衝撃のあるところ
- 化学薬品の保管場所や腐食性ガスの発生するところ

乳幼児の手の届かないところに置いてください。

長期間（3 カ月以上）ご使用にならない場合は、電池を取り出して保管してください。

※上記の注意事項、その他の正しい使用方法をお守りいただけない場合は、品質に責任を負いかねます。

おかしいな？と思ったら

こんなとき	原　因	対処のしかた
が点滅した	電池残量が少なくなっている	すみやかに、新しい電池（CR2032）と交換してください（☞ 25 ページ）
が点灯した	電池残量がなくなった	
何も表示しない	省電力機能になっている	［メモリ］、［転送］、［表示］いずれかのボタンを押してください
	電池の⊕⊖の向きが間違っている	電池を正しく入れ直してください（☞ 25 ページ）
	電池残量がなくなった	すみやかに、新しい電池（CR2032）と交換してください（☞ 25 ページ）
表示の値がちがう	装着方法が間違っている	「正しい装着のしかた」をご覧ください（☞ 19 ページ）
	不規則な動きをしている	「正確に測定できない場合がある使い方」をご覧ください（☞ 20 ページ）
	設定値が間違っている	設定を変更してください ＊
転送中に Err 表示が出た Err 通信中マーク	パソコンの表示を確認し、指示に従ってください	

＊ いずれかの手順で設定を変更してください。

- 「ウェルネスリンク」をお使いの方
  「ウェルネスリンク」の「機器の設定」で設定を変更してください。
- 本体のみでお使いの方
  「本体で設定する」（☞ 15 ページ）

こんなとき	原　因	対処のしかた
エラー表示が出た Err	動作異常が起きた	電池を入れ直してください（☞ 25 ページ）
データの転送ができない	USB 通信ソフトがインストールされていない、または USB 通信ソフトが起動していない	USB 通信ソフトをインストール、または起動してください 『スタートアップガイド』（☞ 5 ページ）
	［転送］が押されていない	［転送］を 2 秒以上押してください
	活動量計の通信エリアマークと USB 通信トレイのマークとが合っていない	活動量計と USB 通信トレイのマークを合わせてください 『スタートアップガイド』（☞ 13 ページ）
	USB 通信トレイがきちんと接続されていない	接続し直してください
	強い磁力や電波の発生するものの近くでデータの転送をした	電波の影響を受けない場所で、もう一度データの転送をおこなってください
マークが点滅／点灯した	記録した測定値がある一定以上転送されていない	データを転送してください（☞ 24 ページ）
表示内容がおかしい／ボタン操作が働かない		電池を入れ直してください（☞ 25 ページ）

上記の方法でも直らない場合は、ウェルネスリンクサポートデスクまでお問い合わせください。（☞裏表紙）

参考 本商品の故障、修理のときは、設定した値や当日データを含むすべての測定値はすべて消去されますのでご了承ください。万一に備え測定結果を紙などに記録しておくことをおすすめします。

困ったときに・保証など

仕　様

販　売　名	オムロン 活動量計 **HJA-307IT**		
電源電圧	DC3V（リチウム電池　CR2032 × 1 個）		
表　示	歩数	0 ～ 99,999 歩	（0 ～ 999,999 歩）
	Ex 歩数	0 ～ 99,999 歩	（0 ～ 999,999 歩）
	距離	0.0 ～ 999.9 km	（0.0 ～ 999.9 km）
	総消費カロリー	0 ～ 59,999 kcal	（0 ～ 59,999 kcal）
	活動カロリー	0 ～ 59,999 kcal	（0 ～ 59,999 kcal）
	歩行カロリー	—	（0 ～ 59,999 kcal）
	生活活動カロリー	—	（0 ～ 59,999 kcal）
	脂肪燃焼量	0.0 ～ 999.9 g	（0.0 ～ 999.9 g）
	Ex 量	0.0 ～ 999.9 Ex	（0.0 ～ 999.9 Ex）
	歩行 Ex 量	—	（0.0 ～ 999.9 Ex）
	生活活動 Ex 量	—	（0.0 ～ 999.9 Ex）
	活動強度	—	（1.0 ～ 12.6 METs 10 分毎 0.2 METs 単位）
	日付	2011 年 1 月 1 日～ 2040 年 12 月 31 日	
	時刻	0:00 ～ 23:59	
	※（　）内は「ウェルネスリンク」のウェブサイトで参照可能		
メ モ リ	表示メモリ	7 日分	
	本体記憶メモリ	最大 14 日分	
設　定	日付	2011 年 1 月 1 日～ 2040 年 12 月 31 日	
	時刻	0:00 ～ 23:59	：24 時間表示
	生年月日	1900 年 1 月 1 日～ 2040 年 12 月 31 日	
	性別	男／女	
	体重	30 ～ 136 kg	：1 kg 単位
	身長	100 ～ 199 cm	：1 cm 単位
	歩幅	30 ～ 120 cm	：1 cm 単位
	「ウェルネスリンク」のウェブサイトで設定可能		
	目標歩数	1,000 ～ 100,000 歩	
	目標活動カロリー	100 ～ 5,000 kcal	
	朝晩ダイエット目標活動カロリー	100 ～ 5,000 kcal	

使用環境温湿度	− 10 ～＋ 40℃・30 ～ 85% RH
電池寿命	約 6 カ月 *（1 日 12 時間装着時）
外形寸法	幅 約 78.0 ×高さ 約 33.0 ×奥行き 約 10.0 mm（ボタン部 約 11.0 mm）
質　量	約 25 g（電池含む）
付 属 品	お試し用電池（CR2032 × 1 個、内蔵）、落下防止用ストラップ、ストラップ用クリップ、簡易ドライバー、ウェルネスリンクのご紹介、スタートアップガイド、朝晩ダイエットガイド、取扱説明書（品質保証書付き）、USB 通信トレイ HHX-IT2、USB 通信トレイ HHX-IT2 取扱説明書（品質保証書付き）

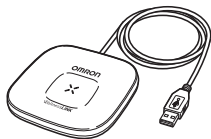
お断りなく仕様を変更する場合がありますのでご了承ください。
* 新品電池使用、当社試験条件による

別売品について

別売品のお求めは、ウェルネスリンクサポートデスク（☞裏表紙）までご連絡ください。

次の別売品をご用意しています。

•USB 通信トレイ

型式 HHX-IT2

保証規定

1. 取扱説明書、本体貼付ラベル等の注意書にしたがった正常な使用状態で、お買い上げ後 1 年以内に故障した場合には無償修理または交換いたします。
2. 無償保証期間内に故障して修理を受ける場合は、ウェルネスリンクサポートデスクにご連絡ください。
3. 無償保証期間内でも次の場合には有償修理になります。
   （イ）使用上の誤りおよび不当な修理や改造による故障および損傷。
   （ロ）お買い上げ後の落下・水没などによる故障および損傷。
   （ハ）火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変、公害や電源の異常電圧、指定外の使用電源（電圧、周波数）などによる故障および損傷。
   （ニ）品質保証書の提示がない場合。
   （ホ）品質保証書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き替えられた場合。
   （ヘ）消耗部品。
   （ト）故障の原因が本商品以外に起因する場合。
   （チ）その他取扱説明書に記載されていない使用方法による故障および損傷。
4. 品質保証書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保管してください。
5. 品質保証書は本規定に明示した期間、条件のもとにおいて無償保証をお約束するものです。したがってこの保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありません。
6. 補修用部品は製造打ち切り後、最低 6 年間保有しています。